

OS IMPACTOS NEGATIVOS DA PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL NA AUTOESTIMA DO ADOLESCENTE

THE NEGATIVE IMPACTS OF BODY IMAGE PERCEPTION ON ADOLESCENT
SELF-ESTEEM

Ciências Humanas • 14/10/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/791959873](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/791959873)

Lenilda Araújo dos Santos Sousa¹

Andressa Costenaro de Alencar²

RESUMO

A percepção da imagem corporal participa da maneira como adolescentes interpretam a própria aparência e avaliam seu valor pessoal. Este artigo tem como objetivo investigar, por meio de uma revisão da literatura científica, os impactos negativos da percepção da imagem corporal na autoestima de adolescentes. Trata-se de pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa e caráter exploratório e descritivo, organizada como revisão narrativa da literatura. A discussão foi estruturada em quatro eixos relacionados aos objetivos do estudo: conceitos de imagem corporal e autoestima; fatores associados à insatisfação corporal; repercussões sobre a autoestima; e influências socioculturais e midiáticas. Os estudos examinados apontam associação entre insatisfação corporal e menores indicadores de autoestima, com diferenças relacionadas ao contexto, ao sexo e à etapa da adolescência. A comparação da aparência e a internalização de ideais estéticos contribuem para compreender as relações entre influências sociais e avaliação corporal. Estudos longitudinais acrescentam evidências de que a insatisfação corporal pode anteceder menor autoestima em determinados grupos, enquanto estudos transversais não permitem estabelecer causalidade. Conclui-se que a percepção corporal negativa pode integrar processos de desvalorização pessoal, sobretudo quando a aparência assume posição central na avaliação de si. A análise também evidencia a importância de considerar as experiências individuais, as relações interpessoais e os padrões estéticos presentes nos meios de comunicação. O caráter narrativo da revisão e a diversidade dos delineamentos limitam generalizações e impedem estimar um efeito único para todos os adolescentes.

Palavras-chave: Adolescência; Autoestima; Imagem corporal; Insatisfação corporal; Mídia.

ABSTRACT

Body image perception plays a role in how adolescents interpret their own appearance and assess their personal worth. This article aims to investigate, through a review of the scientific literature, the negative impacts of body image perception on adolescents' self-esteem. This is a qualitative, exploratory-descriptive bibliographic study organized as a narrative literature review. The discussion was structured around four axes related to the study objectives: concepts of body image and self-esteem; factors associated with body dissatisfaction; repercussions on self-esteem; and sociocultural and media influences. The studies examined indicate an association between body dissatisfaction and lower self-esteem, with differences related to context, sex, and stage of adolescence. Appearance comparison and the internalization of aesthetic ideals contribute to understanding the relationship between social influences and body evaluation. Longitudinal studies add evidence that body dissatisfaction may precede lower self-esteem in certain groups, whereas cross-sectional studies do not allow causal inferences. It is concluded that negative body image perception may be involved in processes of self-devaluation, especially when appearance assumes a central role in self-evaluation. The analysis also highlights the importance of considering individual experiences, interpersonal relationships, and aesthetic standards conveyed by the media. The narrative nature of the review and the diversity of study designs limit generalizations and prevent estimating a single effect for all adolescents.

Keywords: Adolescence; Self-esteem; Body image; Body dissatisfaction; Media.

1. INTRODUÇÃO

A adolescência envolve transformações físicas, emocionais e sociais que podem modificar a maneira como o indivíduo percebe o próprio corpo e avalia a si mesmo. Nesse período, a aparência pode adquirir importância nas experiências de reconhecimento e aceitação, tornando relevante compreender sua relação com a autoestima. A imagem corporal envolve a maneira como o sujeito percebe, sente e interpreta o corpo, enquanto a autoestima corresponde à avaliação do próprio valor. Embora relacionadas, essas dimensões são distintas, pois a satisfação com a aparência constitui apenas um dos aspectos da experiência pessoal.

A percepção corporal negativa, compreendida neste trabalho principalmente como avaliação desfavorável da aparência e insatisfação corporal, pode se relacionar a dificuldades de autovalorização. Investigar essa relação exige considerar a experiência subjetiva do adolescente, sem deduzir sua autoestima apenas a partir de características físicas ou do estado nutricional. Também é necessário compreender os significados que a aparência assume em sua vida e em suas relações.

Essa experiência precisa ser analisada em seu contexto social. Padrões estéticos, comparações de aparência e expectativas de aceitação participam dos significados atribuídos ao corpo. A mídia, as redes sociais e as relações interpessoais constituem espaços nos quais circulam referências de beleza e reconhecimento. Dessa forma, a discussão da insatisfação corporal ultrapassa as preferências individuais e exige atenção às condições nas quais o adolescente avalia sua aparência.

A relevância científica do tema está na necessidade de compreender as relações entre percepção corporal e autoestima, distinguindo

conceitos, resultados e limites das pesquisas. Sua relevância social decorre da possibilidade de reconhecer experiências de sofrimento relacionadas à aparência e de subsidiar reflexões em contextos familiares, escolares e de cuidado. Para a Psicologia, a discussão contribui para uma compreensão da autovalorização que considere tanto as experiências individuais quanto as influências socioculturais, evitando reduzir o valor pessoal às características do corpo.

Diante desse contexto, o trabalho apresenta o seguinte problema de pesquisa: quais são os impactos negativos da percepção da imagem corporal na autoestima de adolescentes, segundo a literatura científica? O objetivo geral é investigar, por meio de uma revisão da literatura científica, esses impactos. Os objetivos específicos são conceituar imagem corporal e autoestima no contexto da adolescência; identificar os principais fatores associados à percepção corporal e à insatisfação corporal; identificar suas repercussões negativas na autoestima; e investigar a influência de fatores socioculturais e midiáticos nessa relação.

Para alcançar esses objetivos, realizou-se uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa e caráter exploratório e descritivo, organizada como revisão narrativa da literatura. Dessa forma, o trabalho busca compreender em quais condições a percepção corporal negativa se relaciona à autoestima, considerando as diferenças entre adolescentes e os contextos investigados.

2. PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL NA AUTOESTIMA DO ADOLESCENTE

A percepção da imagem corporal ocupa um lugar relevante na adolescência, período marcado por transformações físicas, emocionais e sociais. A maneira como o adolescente interpreta essas mudanças e avalia sua aparência pode se relacionar com a construção da autoestima e com suas experiências de pertencimento e aceitação. Compreender essa relação exige considerar os significados atribuídos ao corpo e as expectativas presentes nos diferentes contextos de convivência.

Nesse contexto, compreender os impactos negativos da percepção da imagem corporal na autoestima exige examinar como a insatisfação com a aparência pode se relacionar à maneira pela qual o adolescente reconhece suas qualidades e avalia seu próprio valor. Essa análise envolve tanto os significados atribuídos às mudanças corporais quanto as referências de beleza e aceitação presentes nas relações sociais, na mídia e nas redes sociais. A articulação desses aspectos permite discutir as possíveis repercussões da percepção corporal negativa, considerando que sua relação com a autoestima pode variar conforme as experiências e os contextos de vida de cada adolescente.

Este referencial teórico apresenta os conceitos de imagem corporal e autoestima, os fatores associados à insatisfação corporal e suas possíveis repercussões na avaliação que o adolescente faz de si. Também discute as influências socioculturais e midiáticas, buscando compreender como padrões estéticos, comparações e relações interpessoais participam dessa experiência. Esses aspectos fundamentam a análise do problema de pesquisa e orientam a discussão dos objetivos propostos.

2.1. Imagem Corporal e Autoestima no Contexto da Adolescência

A imagem corporal diz respeito à experiência subjetiva do próprio corpo. Petroski, Pelegrini e Glaner (2012) a apresentam como construção multidimensional, envolvendo pensamentos, sentimentos e comportamentos relativos aos atributos físicos. Essa definição permite distinguir o corpo como estrutura física da maneira como ele é percebido e avaliado. Assim, duas pessoas com características semelhantes podem atribuir sentidos diferentes à aparência, e uma mesma pessoa pode modificar sua avaliação sem mudanças corporais equivalentes.

Para delimitar o objeto do presente artigo, a percepção negativa da imagem corporal é compreendida principalmente por meio da avaliação desfavorável da aparência e da insatisfação corporal. A insatisfação corresponde ao descontentamento com o corpo ou com aspectos dele. Não se utiliza o termo distorção como sinônimo automático de insatisfação, pois perceber-se insatisfeito não demonstra, isoladamente, alteração perceptiva. Também não se atribui diagnóstico clínico apenas pela manifestação de descontentamento corporal.

A autoestima refere-se à avaliação do próprio valor. Hutz e Zanon (2011), ao examinarem a versão brasileira da Escala de Autoestima de Rosenberg, discutem a avaliação desse construto e apresentam evidências psicométricas para sua mensuração. A distinção entre autoestima global e satisfação com a aparência é necessária: a primeira envolve a avaliação de si de forma abrangente, enquanto a segunda se refere a um domínio específico da experiência pessoal.

O autoconceito também deve ser diferenciado da autoestima. Martins, Nunes e Noronha (2008) o apresentam como conhecimento desenvolvido pelo sujeito sobre si mesmo. Em estudo

com 50 adolescentes de 14 a 17 anos, as autoras identificaram relações predominantemente positivas entre fatores de autoconceito e satisfação corporal. A contribuição é pertinente ao tema, mas os achados sobre autoconceito não equivalem automaticamente a medidas de autoestima global.

Neste trabalho, o recorte da adolescência acompanha as faixas etárias das pesquisas examinadas, situadas predominantemente entre 10 e 19 anos. A idade é uma referência de organização, sem eliminar diferenças entre momentos do desenvolvimento ou contextos de vida. A análise não considera que a passagem por essa etapa produza, necessariamente, baixa autoestima: o interesse está nas condições em que a avaliação do corpo se associa a dificuldades de autovalorização.

Uma consequência dessa delimitação é compreender a relação entre corpo e autoestima como uma articulação entre domínios. A insatisfação com determinada característica pode permanecer circunscrita a ela ou adquirir significado mais amplo. Como interpretação deste artigo, a passagem de uma avaliação da aparência para uma avaliação global de inferioridade constitui um ponto central para investigar as repercussões psicológicas, sem pressupor que ela ocorra em todos os adolescentes.

2.2. Fatores Associados à Percepção Corporal e à Insatisfação

A insatisfação corporal não apresenta uma única direção. Em pesquisa com 641 adolescentes de 11 a 17 anos de Saudades, Santa Catarina, Petroski, Pelegrini e Glaner (2012) identificaram insatisfação em 60,4% da amostra. Os meninos apresentaram mais frequentemente desejo de aumentar a silhueta, enquanto entre as

meninas predominou o desejo de diminuí-la. Esses dados descrevem a população estudada e não constituem estimativa da prevalência de todos os adolescentes brasileiros.

O desejo de reduzir ou ampliar o corpo exige atenção aos significados específicos atribuídos à aparência. A análise não pode pressupor que apenas a busca pela magreza seja relevante, nem que todas as pessoas de um mesmo sexo compartilhem os mesmos objetivos. Uma avaliação que considere somente o desejo de emagrecer pode deixar de reconhecer outras formas de descontentamento. Trata-se de uma implicação analítica dos resultados, e não de uma classificação universal dos adolescentes.

O estado nutricional integra a investigação, mas não explica isoladamente as diferenças psicológicas. Rentz-Fernandes et al. (2017), em estudo com 418 adolescentes de 14 a 18 anos, encontraram maior insatisfação em participantes com sobrepeso e obesidade. Entretanto, a autoestima e os indicadores de depressão se associaram à imagem corporal, e não ao índice de massa corporal. Na amostra, a relação entre insatisfação e depressão apresentou direções diferentes entre meninos e meninas, resultado que impede uma interpretação uniforme.

A leitura desses achados sugere que medir características antropométricas e compreender a experiência subjetiva são tarefas distintas. Não é possível deduzir a autoestima a partir do peso corporal. Da mesma forma, estar em uma classificação nutricional considerada adequada não elimina a possibilidade de sofrimento relacionado à aparência. Essa interpretação orienta o cuidado para que indicadores físicos não substituam a investigação dos sentidos atribuídos ao corpo.

Os padrões estéticos oferecem referências externas para essa avaliação. Alves et al. (2009) analisam a relação entre cultura e imagem corporal e discutem a valorização da magreza na cultura ocidental, reconhecendo a presença de insatisfação em ambos os sexos. O texto contribui para situar os ideais de beleza como construções socioculturais, cuja circulação pode tornar determinadas características critérios de adequação. Sua natureza teórica não permite calcular o efeito desses padrões sobre cada adolescente.

A partir dessa contribuição, o presente artigo interpreta que a diferença entre o corpo percebido e o corpo desejado adquire relevância conforme o valor atribuído ao ideal. O simples reconhecimento de uma diferença não basta para explicar sua repercussão. É necessário perguntar se o adolescente entende essa distância como preferência estética ou como prova de menor valor pessoal. Esse cuidado mantém a análise centrada na relação com a autoestima e evita reduzir o fenômeno à presença de um padrão de beleza.

Outros fatores devem ser examinados conforme o alcance das pesquisas. Martins, Nunes e Noronha (2008) encontraram diferenças em algumas medidas em função do gênero e do tipo de escola, sem diferenças significativas por idade na amostra. Isso não autoriza afirmar que a idade seja irrelevante em toda a adolescência. Em estudos com amostras pequenas, a ausência de diferença estatística deve ser interpretada no contexto do desenho e da população investigada.

2.3. Repercussões da Percepção Corporal Negativa na Autoestima

A evidência brasileira mais diretamente relacionada ao problema inclui o estudo de Fonseca et al. (2023), realizado com 860 adolescentes de 10 a 19 anos, matriculados em 12 escolas públicas de Salvador. A insatisfação corporal apresentou associação com a classificação no quartil inferior de autoestima. Na análise ajustada, as razões de chances foram 5,61 para meninas e 3,83 para meninos, em comparação com adolescentes satisfeitos. Esses valores representam razões de chances, e não aumentos equivalentes de probabilidade ou risco causal.

A interpretação desse resultado depende do delineamento transversal. Como as variáveis são avaliadas em um mesmo momento, não se identifica a ordem em que insatisfação e menor autoestima surgiram. O achado sustenta a relevância da relação, mas não prova que a percepção corporal negativa tenha causado a redução da autoestima. A categorização em quartis também deve ser distinguida de diagnóstico: pertencer ao grupo de menores escores não significa apresentar um transtorno psicológico.

Van den Berg et al. (2010) analisaram a relação entre insatisfação corporal e autoestima em amostra de 4.746 adolescentes, com nova avaliação de 2.516 participantes cinco anos depois. A associação foi significativa em meninos e meninas, sem diferença significativa de sua força entre os sexos. Algumas diferenças apareceram entre subgrupos de meninas segundo peso, raça ou etnia e condição socioeconômica. O estudo indica amplitude da relação, mas também mostra que sua intensidade não é idêntica em todos os grupos.

A possibilidade de diferenças contextuais é relevante para a análise psicológica. Um resultado encontrado em outro país não pode ser

transferido integralmente para a realidade brasileira, embora possa contribuir para formular perguntas e comparar padrões. O presente artigo considera que a convergência entre estudos amplia a relevância do problema, enquanto diferenças entre grupos indicam a necessidade de investigar as condições concretas de cada experiência.

O estudo longitudinal de Paxton et al. (2006) permite examinar a temporalidade. A insatisfação corporal inicial foi preditora de humor depressivo e menor autoestima cinco anos depois entre meninas no início da adolescência e meninos na adolescência intermediária, após controle de variáveis. O mesmo padrão não foi encontrado em todos os grupos etários e sexos. Os resultados apoiam a hipótese de insatisfação como fator de risco em condições específicas, sem estabelecer um efeito universal.

A distinção entre associação, predição e causalidade é decisiva. Uma associação indica que variáveis se apresentam relacionadas; a predição longitudinal acrescenta informação temporal; a afirmação causal exige examinar explicações alternativas e condições do desenho. Consequentemente, expressões como produz baixa autoestima ou provoca depressão não descrevem adequadamente, por si, o conjunto das evidências examinadas. A formulação mais coerente é reconhecer repercussões possíveis e relações observadas, explicitando seus limites.

Como síntese interpretativa, a percepção corporal negativa pode se relacionar à desvalorização de si quando a aparência é tratada como requisito para ser reconhecido ou aceito. Nesse processo, o julgamento de uma característica física pode ser ampliado para a avaliação da pessoa inteira. Essa formulação articula o problema de

pesquisa, mas não deve ser apresentada como mecanismo diretamente demonstrado por todos os estudos. O contexto e os significados atribuídos ao corpo precisam permanecer no centro da explicação.

A relação com indicadores emocionais exige cautela semelhante. Nos trabalhos que utilizam escalas de sintomas, os resultados indicam escores ou sinais mensurados pelo instrumento. Não autorizam, isoladamente, afirmar que os participantes receberam diagnóstico de depressão. Neste artigo, autoestima, sofrimento emocional e transtorno mental são mantidos como dimensões distintas, ainda que possam se relacionar. Isso preserva a precisão conceitual e evita patologizar toda preocupação com a aparência.

2.4. Influências Socioculturais e Midiáticas na Relação Entre Corpo e Autoestima

As influências sociais não se restringem à circulação de imagens em meios digitais. Conti, Bertolin e Peres (2010), em estudo com 121 adolescentes de uma instituição particular do ABC paulista, investigaram percepções sobre televisão, revistas e corpo. Os discursos reconheceram a participação da mídia na divulgação de ideais de magreza e de relações negativas com a aparência. Por abordar um contexto anterior ao uso atual de plataformas digitais, o trabalho contribui historicamente, sem descrever diretamente a experiência contemporânea em todas as redes sociais.

Maciel e Franco (2024) examinaram a mídia e as relações interpessoais em grupo focal com dez adolescentes de 11 a 19 anos vinculados a um programa de residência multiprofissional. Os relatos relacionaram a busca por aparência socialmente valorizada à

validação pelos outros, incluindo experiências de bullying. O desenho qualitativo permite compreender sentidos e experiências dos participantes, mas não estimar prevalência nem a frequência desses processos entre adolescentes em geral.

A articulação das duas investigações sugere, como interpretação desta revisão, que as mensagens sobre o corpo são elaboradas em relações concretas. O adolescente pode atribuir significado a uma imagem conforme o que escuta de pessoas próximas e conforme sua experiência de reconhecimento no grupo. Assim, a análise da influência midiática se beneficia de perguntas sobre as relações familiares e escolares, sem presumir que toda família ou grupo de pares exerça pressão negativa.

Holland e Tiggemann (2016), em revisão de 20 estudos, identificaram associações entre uso de redes sociais, imagem corporal e comportamentos alimentares desordenados. Atividades como visualizar e publicar fotografias e procurar avaliações negativas foram destacadas, assim como a comparação baseada na aparência. As autoras ressaltaram a necessidade de mais pesquisas longitudinais e experimentais. A revisão abrange diferentes populações, razão pela qual suas conclusões não devem ser tratadas integralmente como achados exclusivos de adolescentes.

Uma consequência dessa distinção é que o tempo de uso não descreve sozinho a experiência digital. Para compreender a relação com a autoestima, interessa saber o conteúdo acessado, a maneira como o sujeito se compara e o significado atribuído às avaliações recebidas. Esta é uma proposta analítica do artigo: investigar a atividade e seu contexto pode esclarecer situações que uma medida

geral de frequência deixa de diferenciar. A proposta não estabelece um limite de tempo comprovado para evitar insatisfação corporal.

Scully, Swords e Nixon (2023) investigaram 210 adolescentes do sexo feminino, com idade média de 15,16 anos. A insatisfação se relacionou ao tempo empregado em comparações e a comparações ascendentes com diferentes grupos femininos. Avaliar-se menos favoravelmente que amigas próximas apresentou associação particularmente relevante com pior avaliação corporal. As análises também identificaram mediações estatísticas envolvendo comparação e internalização do ideal de magreza, mesmo após controle da autoestima e da idade.

Essas mediações ajudam a formular hipóteses explicativas, mas não demonstram, isoladamente, uma sequência causal. Além disso, o estudo permite discutir a associação entre práticas digitais e insatisfação corporal, sem provar que o uso das plataformas tenha reduzido a autoestima das participantes. O controle estatístico da autoestima não corresponde à investigação de sua mudança ao longo do tempo. Esse cuidado impede que a fundamentação ultrapasse o objetivo e os resultados da pesquisa citada.

A síntese dos estudos examinados permite propor que padrões de aparência, experiências de comparação e expectativas de validação sejam analisados em conjunto. A questão central para este artigo é como esses processos se articulam à avaliação do próprio valor. Quando a aprovação é interpretada exclusivamente por meio da aparência, a insatisfação pode ocupar lugar mais amplo na experiência de si. Essa interpretação orienta a discussão psicológica e preserva a necessidade de investigação individual, pois a mesma situação pode adquirir sentidos diferentes.

2.5. Os Impactos Negativos da Percepção da Imagem Corporal na Autoestima do Adolescente

A análise integrada dos estudos permite compreender que os impactos negativos da percepção da imagem corporal sobre a autoestima não decorrem apenas da existência de insatisfação com a aparência, mas da maneira como essa experiência passa a participar da avaliação que o adolescente faz de si. Quando o corpo se torna um critério predominante de aceitação e reconhecimento, o descontentamento com características físicas pode se associar a uma autovalorização mais desfavorável. Essa relação, contudo, não ocorre de forma uniforme e deve ser interpretada à luz das experiências individuais e dos contextos sociais.

Os estudos brasileiros examinados oferecem evidências consistentes de associação entre insatisfação corporal e menores indicadores de autoestima. Fonseca et al. (2023) e Rentz-Fernandes et al. (2017), embora utilizem amostras e procedimentos distintos, convergem ao demonstrar que a experiência subjetiva de insatisfação com o corpo se relaciona mais diretamente à autoestima do que a simples presença de determinadas características antropométricas. Esses resultados reforçam a necessidade de diferenciar corpo físico, percepção corporal e avaliação global de si.

As influências socioculturais e midiáticas ajudam a compreender como essa relação pode ser construída. Padrões estéticos, comparações de aparência e expectativas de validação social fornecem referências a partir das quais o adolescente interpreta o próprio corpo. Estudos qualitativos, como o de Maciel e Franco (2024), e pesquisas sobre comparação de aparência em ambientes digitais indicam que o significado atribuído ao corpo é produzido

também nas relações com pares, familiares e meios de comunicação. Assim, não é apenas a exposição a imagens que merece atenção, mas a forma como essas referências são incorporadas à avaliação pessoal.

A diversidade dos delineamentos também exige cautela na interpretação dos impactos. Estudos transversais demonstram associação, mas não definem a direção temporal entre insatisfação corporal e menor autoestima. Investigações longitudinais acrescentam evidências de que a insatisfação corporal pode anteceder dificuldades posteriores de autoestima em determinados grupos, sem autorizar a afirmação de um efeito causal universal. Portanto, a literatura sustenta uma relação relevante entre as variáveis, mas indica que sua intensidade e seus desdobramentos dependem de características individuais e contextuais.

Em síntese, o impacto negativo mais diretamente documentado consiste na associação entre uma avaliação corporal desfavorável e menores indicadores de autoestima. Para a Psicologia e para contextos educativos, esse resultado aponta para a importância de compreender os significados atribuídos à aparência, promover reflexões críticas sobre padrões estéticos e ampliar fontes de reconhecimento pessoal para além do corpo. Essas implicações devem ser compreendidas como decorrentes da análise da literatura, e não como demonstração da eficácia de intervenções específicas.

3. METODOLOGIA

O presente trabalho constitui uma pesquisa bibliográfica, com abordagem qualitativa e caráter exploratório e descritivo, organizada

como revisão narrativa da literatura. Seu objetivo é investigar os impactos negativos da percepção da imagem corporal na autoestima de adolescentes a partir do conhecimento científico publicado, sem coleta de dados diretamente com participantes. Sousa, Oliveira e Alves (2021) compreendem a pesquisa bibliográfica como uma investigação desenvolvida mediante o levantamento e a análise de produções existentes, exigindo leitura, reflexão e organização dos materiais selecionados para responder ao problema de pesquisa.

A abordagem qualitativa adotada concentra-se na interpretação dos conceitos, das relações e das explicações apresentados pelas publicações, sem realizar tratamento estatístico conjunto dos resultados. O caráter exploratório está relacionado ao aprofundamento da compreensão do problema, enquanto a dimensão descritiva corresponde à apresentação e à discussão das características do fenômeno identificado na literatura. A escolha da revisão narrativa permite articular contribuições teóricas e empíricas relevantes para o tema. Conforme Ogassavara et al. (2025), essa modalidade possibilita integrar conhecimentos sem exigir uma estrutura metodológica rígida, embora seja recomendável explicitar os procedimentos utilizados e construir uma síntese reflexiva e coerente.

O levantamento e a conferência das publicações foram realizados em setembro de 2026, mediante buscas eletrônicas com combinações dos termos “imagem corporal”, “autoestima”, “insatisfação corporal”, “adolescência”, “mídia” e “redes sociais”, além de seus equivalentes em inglês. Foram consultadas páginas de periódicos e registros disponíveis em SciELO, PePSIC e PubMed, bem como plataformas editoriais e repositórios institucionais. A

busca partiu das referências apresentadas no projeto e foi ampliada com estudos relacionados ao problema de pesquisa.

A seleção dos materiais foi intencional, considerando sua pertinência aos objetivos do trabalho. Foram utilizados estudos empíricos sobre adolescentes, revisões relacionadas às influências sociais e midiáticas e publicações conceituais ou metodológicas necessárias à discussão. Os materiais consultados estavam disponíveis em português e inglês.

A leitura e a análise buscaram ultrapassar a reunião de citações, relacionando os argumentos apresentados pelas fontes com os objetivos da pesquisa. Sousa, Oliveira e Alves (2021) destacam que o desenvolvimento da pesquisa bibliográfica demanda envolvimento crítico com as obras, mediante leitura, reflexão e reconstrução do conhecimento. Nesse sentido, foram comparados os conceitos empregados, as características das populações investigadas, os delineamentos dos estudos e os limites de interpretação dos resultados.

A conferência bibliográfica contemplou autoria, título, ano de publicação, periódico e identificador digital, quando disponível. Foram utilizados textos acessíveis e resumos científicos disponibilizados pelas próprias publicações ou por registros indexados.

Os conteúdos foram organizados em quatro eixos, definidos a partir dos objetivos específicos: conceitos de imagem corporal e autoestima na adolescência; fatores associados à percepção e à insatisfação corporal; relações entre percepção corporal negativa e autoestima; e influências socioculturais e midiáticas. A síntese foi

construída mediante comparação de convergências e diferenças entre as publicações, distinguindo os resultados dos estudos das interpretações propostas neste artigo. Essa organização aproxima-se da orientação de Ogassavara et al. (2025), que ressaltam a importância do planejamento, da leitura, da análise dos materiais e da articulação reflexiva dos conhecimentos na elaboração de revisões narrativas.

A pesquisa não pretende esgotar a literatura, estimar a magnitude conjunta das associações ou estabelecer relações causais. Seus resultados correspondem à síntese interpretativa das publicações selecionadas e devem ser compreendidos considerando a diversidade dos contextos, dos instrumentos e dos delineamentos examinados.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho teve como objetivo investigar, por meio de uma revisão da literatura científica, os impactos negativos da percepção da imagem corporal na autoestima de adolescentes. A análise identificou que a insatisfação corporal se associa a menores indicadores de autoestima e pode participar de processos de desvalorização pessoal, especialmente quando a aparência assume posição central na avaliação de si. Entretanto, as evidências examinadas não permitem afirmar que toda insatisfação corporal produza baixa autoestima nem que a aparência explique, isoladamente, a maneira como o adolescente avalia o próprio valor.

Os objetivos específicos foram contemplados pela diferenciação entre imagem corporal, autoestima e autoconceito; pela identificação de fatores associados à insatisfação corporal; pela

análise de suas repercussões sobre a autovalorização; e pela discussão das influências socioculturais e midiáticas. A literatura mostrou que o descontentamento corporal pode assumir diferentes formas e que características antropométricas, isoladamente, não explicam a experiência subjetiva do adolescente. Padrões estéticos, comparações de aparência e expectativas de validação social constituem elementos importantes para contextualizar essa experiência.

Os estudos longitudinais acrescentam evidências de que a insatisfação corporal pode anteceder menor autoestima em determinados grupos, enquanto os delineamentos transversais demonstram associações sem estabelecer sua direção temporal. Dessa forma, a distinção entre associação, predição e causalidade permanece fundamental para a interpretação dos achados. Também é necessário manter a diferenciação entre baixa autoestima, sofrimento emocional, indicadores de sintomas e diagnósticos clínicos, evitando interpretações que patologizem toda preocupação com a aparência.

Para a Psicologia e os contextos educativos, os resultados oferecem elementos para práticas de escuta e reflexão sobre padrões estéticos, relações interpessoais e formas de reconhecimento pessoal que ultrapassem a aparência. Tais possibilidades constituem implicações da revisão e não evidências de eficácia de uma intervenção específica, razão pela qual qualquer proposta preventiva ou de cuidado deve ser planejada e avaliada de acordo com as necessidades dos adolescentes.

Entre as limitações do trabalho estão a seleção temática não exaustiva, o acesso desigual aos textos integrais e a diversidade de

populações, instrumentos e delineamentos das pesquisas examinadas. Essas condições impedem estimar uma magnitude conjunta das associações e generalizar os resultados para toda a população adolescente. Conclui-se que a compreensão dos impactos da percepção corporal sobre a autoestima exige uma perspectiva que articule experiências individuais e contextos sociais. Pesquisas brasileiras longitudinais e estudos de intervenção poderão ampliar a compreensão de como essas dimensões se relacionam ao longo do desenvolvimento.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, Dina; PINTO, Mário; ALVES, Sara; MOTA, Alexandra; LEIRÓS, Vera. Cultura e imagem corporal. *Motricidade*, v. 5, n. 1, p. 1–20, 2009. Disponível em: https://www.revistamotricidade.com/arquivo/2009_vol5_n1/v5n1a02.pdf. Acesso em: 29 set. 2026.

CONTI, Maria Aparecida; BERTOLIN, Maria Natacha Toral; PERES, Stela Verzinhasse. A mídia e o corpo: o que o jovem tem a dizer? *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 15, n. 4, p. 2095–2103, 2010. DOI: 10.1590/S1413-81232010000400023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232010000400023>. Acesso em: 29 set. 2026.

FONSECA, Jaqueline Silva; SILVA, Karine Brito Beck da; SILVA, Rita de Cássia Ribeiro; SANTANA, Mônica Leila Portela de. Imagem corporal e autoestima em adolescentes da rede pública estadual de Salvador-Bahia. *Psicologia em Estudo*, v. 28, e51926, 2023. DOI: 10.4025/psicolestud.v28i0.51926. Disponível em:

<https://doi.org/10.4025/psicolestud.v28i0.51926>. Acesso em: 29 set. 2026.

HOLLAND, Grace; TIGGEMANN, Marika. A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body Image*, v. 17, p. 100–110, 2016. DOI: 10.1016/j.bodyim.2016.02.008. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.02.008>. Acesso em: 29 set. 2026.

HUTZ, Claudio Simon; ZANON, Cristian. Revisão da adaptação, validação e normatização da escala de autoestima de Rosenberg. *Avaliação Psicológica*, v. 10, n. 1, p. 41–49, 2011. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712011000100005. Acesso em: 29 set. 2026.

MACIEL, Nathália Maximiano Soares; FRANCO, Elaine Cristina Dias. Adolescência e imagem corporal: uma análise à luz da sociedade do espetáculo. *Saúde e Sociedade*, v. 33, n. 4, e240127pt, 2024. DOI: 10.1590/S0104-12902024240127pt. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902024240127pt>. Acesso em: 5 out. 2026.10.1590/S0104-12902024240127pt

MARTINS, Denise da Fonseca; NUNES, Maiana Farias Oliveira; NORONHA, Ana Paula Porto. Satisfação com a imagem corporal e autoconceito em adolescentes. *Psicologia: Teoria e Prática*, v. 10, n. 2, p. 94–105, 2008. Disponível em: <https://editorarevistas.mackenzie.br/ptp/article/view/472>. Acesso em: 29 set. 2026.

OGASSAVARA, Dante; FERREIRA, Thais da Silva; TERTULIANO, Ivan Wallan; BARTHOLOMEU, Daniel; COSTA, Jeniffer Ferreira; MONTIEL, José Maria. Trilhas metodológicas para a revisão narrativa:

orientações pragmáticas para sua elaboração. *Ensino & Pesquisa, União da Vitória*, v. 23, n. 3, p. 308–318, 2025. DOI: 10.33871/23594381.2025.23.3.10317. Disponível em: <https://periodicos.unespar.edu.br/ensinoepesquisa/article/view/10317>. Acesso em: 5 out. 2026.

PAXTON, Susan J.; NEUMARK-SZTAINER, Dianne; HANNAN, Peter J.; EISENBERG, Marla E. Body dissatisfaction prospectively predicts depressive mood and low self-esteem in adolescent girls and boys. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, v. 35, n. 4, p. 539–549, 2006. DOI: 10.1207/s15374424jccp3504_5. Disponível em: https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3504_5. Acesso em: 29 set. 2026.

PETROSKI, Edio Luiz; PELEGRINI, Andreia; GLANER, Maria Fátima. Motivos e prevalência de insatisfação com a imagem corporal em adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 17, n. 4, p. 1071–1077, 2012. DOI: 10.1590/S1413-81232012000400028. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000400028>. Acesso em: 29 set. 2026.

RENTZ-FERNANDES, Aline Renata; SILVEIRA-VIANA, Maick da; LIZ, Carla Maria de; ANDRADE, Alexandro. Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais. *Revista de Salud Pública*, v. 19, n. 1, p. 66–72, 2017. DOI: 10.15446/rsap.v19n1.47697. Disponível em: <https://doi.org/10.15446/rsap.v19n1.47697>. Acesso em: 29 set. 2026.

SCULLY, M.; SWORDS, L.; NIXON, E. Social comparisons on social media: online appearance-related activity and body dissatisfaction in adolescent girls. *Irish Journal of Psychological Medicine*, v. 40, n. 1, p.

31–42, 2023. DOI: 10.1017/ipm.2020.93. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/ipm.2020.93>. Acesso em: 29 set. 2026.

SOUSA, Angélica Silva de; OLIVEIRA, Guilherme Saramago de; ALVES, Laís Hilário. A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos. Cadernos da FUCAMP, v. 20, n. 43, p. 64–83, 2021. Disponível em: <https://www.revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/2336>. Acesso em: 5 out. 2026.

VAN DEN BERG, Patricia A.; MOND, Jonathan; EISENBERG, Marla; ACKARD, Diann; NEUMARK-SZTAINER, Dianne. The link between body dissatisfaction and self-esteem in adolescents: similarities across gender, age, weight status, race/ethnicity, and socioeconomic status. Journal of Adolescent Health, v. 47, n. 3, p. 290–296, 2010. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2010.02.004. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.02.004>. Acesso em: 29 set. 2026.

¹ Acadêmica do 9º período do curso de Psicologia da Faculdade de Educação Santa Terezinha - FEST. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

² Administradora, Advogada, Psicóloga e Teóloga. Especialista em Docência do Ensino Superior e em Gestão e Legislação Tributária. Docente da Faculdade de Educação Santa Terezinha (FEST). E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#).